DE AUFBAU- UND GEBRAUCHSANLEITUNG

EN INSTRUCTIONS ON ASSEMBLY AND USE

IT ISTRUZIONI PER IL MONTAGGIO E PER L'USO

ES INSTRUCCIONES DE MONTAJE Y DE USO

FR INSTRUCTIONS DE MONTAGE ET MODE D'EMPLOI

NL MONTAGE- EN GEBRUIKSHANDLEIDING

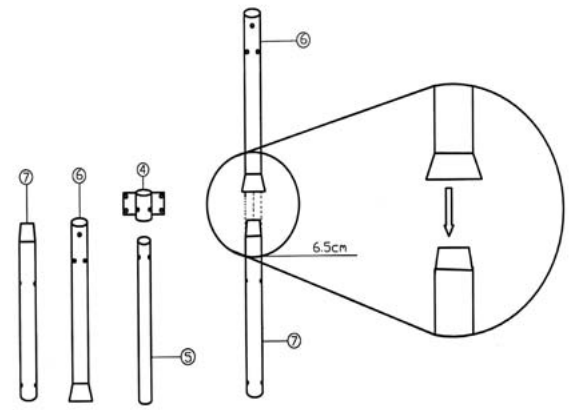
HUDORA

HUDORA | Jägerwald 13 | 42897 Remscheid | Germany
www.hudora.de

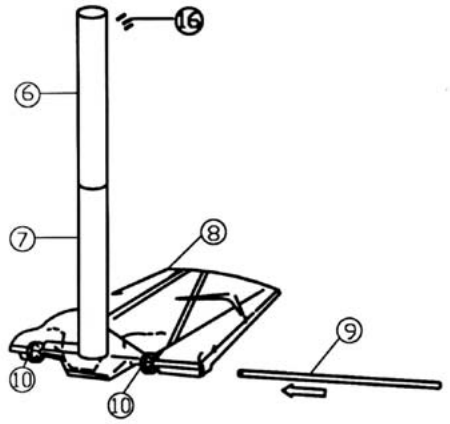
Art.-Nr. 71655
Stand 08/11

MONTAGE
ASSEMBLY
MONTAGE
MONTAJE
MONTAGE
MONTAGE

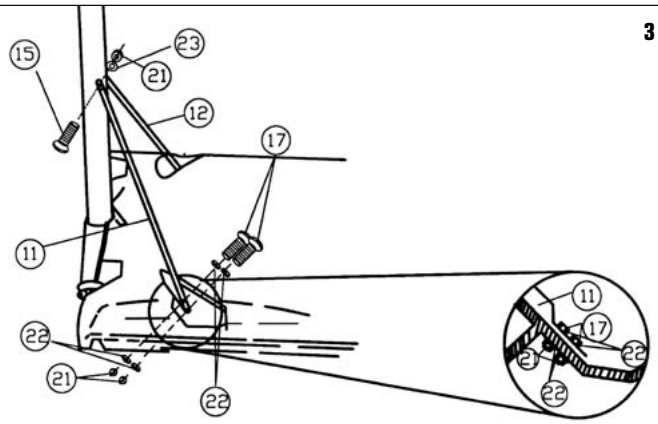
1



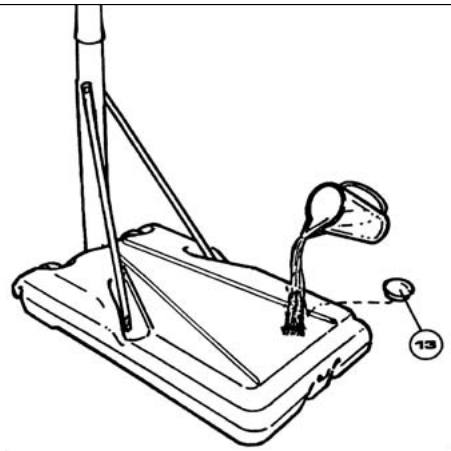
2



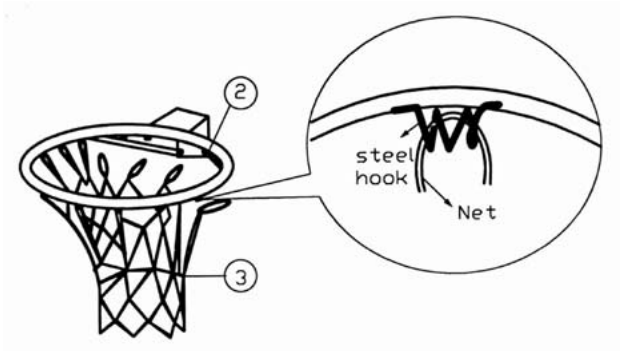
3



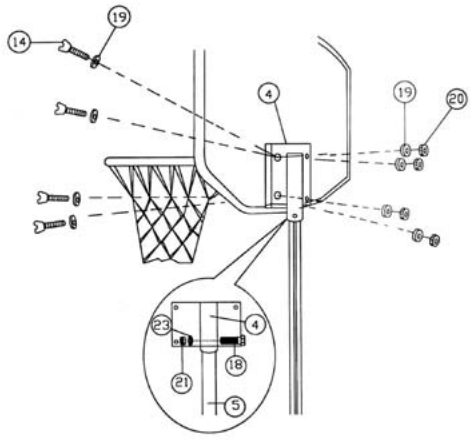
4



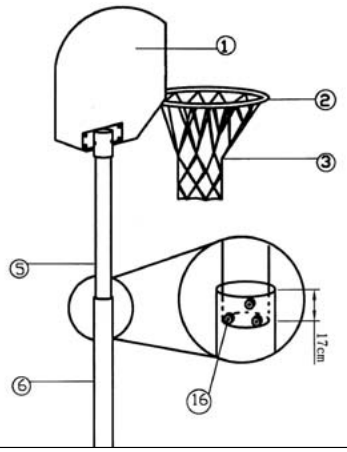
5



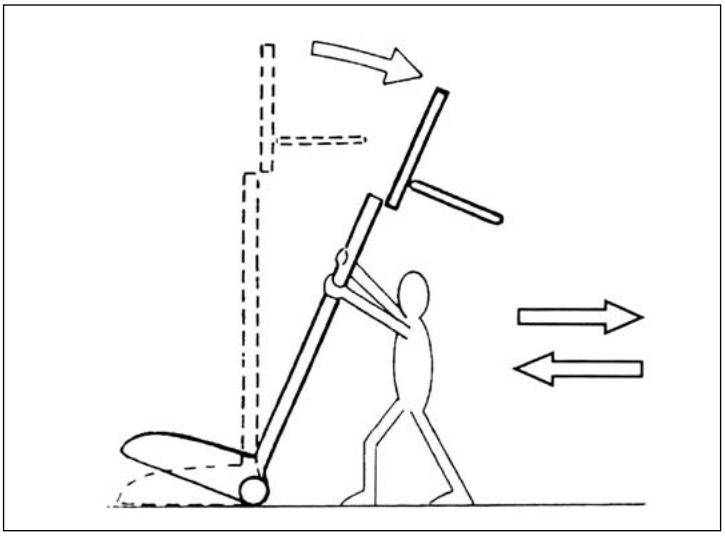
6



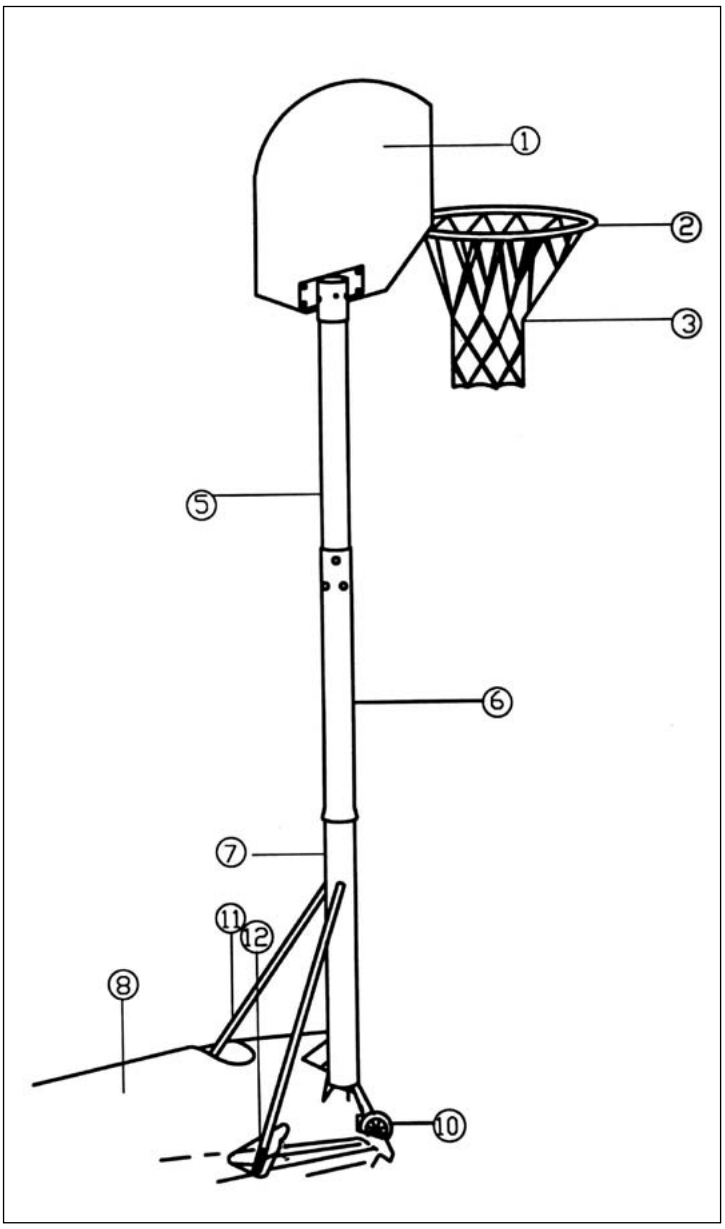
7



TRANSPORT DES STÄNDERS
TRANSPORTING THE STAND
TRASPORTO DEL SUPPORTO
TRANSPORTE DEL BASTIDOR
TRANSPORT DU SUPPORT
VERPLAATSING VAN DE STANDAARD



EINSTELLUNG DER HÖHE DES KORBBRETTS
SETTING THE HEIGHT OF THE BACKBOARD
IMPOSTAZIONE DELL'ALTEZZA DEL TABELLONE
AJUSTE DE LA ALTURA DEL TABLERO
REGLAGE DE LA HAUTEUR DU PANNEAU
INSTELLING VAN DE HOOGTE VAN HET BASKETBORD



TEILELISTE | HARDWARE PACKING LIST | LISTA DEI PEZZI PRINCIPALI | LISTADO DE PIEZAS | LISTE DES GROSSES PIECES | ONDERDELENLIJST

	DE Bezeichnung	EN Identifier	IT Descrizione	ES Descripción	FR Désignation	NL Aanduiding	
1	Korbbrett	backboard	Tabellone	Tablero	Panneau arrière	Basketbord	1x
2	Korbring	basketball ring	Anello del canestro	Aro	Cercle	Basketring	1x
3	Netz	net	Rete	Red	Filet	Net	1x
4	Obere Pfostenabdeckung	upper post cover	Copertura del montante superiore	Cubierta poste superior	Embout du montant supérieur	Bovenste stijlafdekking	1x
5	Oberer Pfosten	upper post	Montante superiore	Poste superior	Montant supérieur	Bovenste stijl	1x
6	Mittlerer Pfosten	middle post	Montante centrale	Poste central	Montant central	Middelste stijl	1x
7	Unterer Pfosten	lower post	Montante inferiore	Poste inferior	Montant inférieur	Onderste stijl	1x
8	Sockel-Formteil	base section	Pezzo sagomato dello zoccolo	Base	Socle préformé	Sokkelgedeelte	1x
9	Achse	axle	Asse	Eje	Axe	As	1x
10	Räder	wheels	Ruote	Ruedas	Roues	Wielen	2x
11	Untere linke Streben	lower left support	Sostegno inferiore sinistro	Puntales inferiores izquierdos	Etrésillons inférieurs gauches	Onderste linker steun	1x
12	Untere rechte Streben	lower right support	Sostegno inferiore destro	Puntales inferiores derechos	Etrésillons inférieures droits	Onderste rechter steun	1x
13	Formteil-Sockelkappe	base cap	Tappo del pezzo sagomato dello zoccolo	Tapón para base	Couronnement du socle préformé	Sokkeldop	1x
14	M5 x 20-Schrauben zur Befestigung des Korbs / Korbbretts / oberer Pfosten	M5 x 20 screws for attaching the basket / backboard / upper post	Viti M5 x 20 per il fissaggio del canestro / tabellone / montante superiore	Tornillo de M5 x 20 para sujeción de la cesta / el tablero / el poste superior	Vis M5 x 20 pour la fixation du panier / du panneau arrière / du montant supérieur	M5 x 20 bouten voor bevestiging van basket / basketbord / bovenste stijl	4x
15	M8 x 59-Schraube zur Befestigung der unteren Streben / des unteren Pfostens	M8 x 59 screw for attaching the lower support / lower post	Viti M8 x 59 per il fissaggio del sostegno inferiore / del montante inferiore	Tornillo de M8 x 59 para sujeción de los puntales inferiores / el poste inferior	Vis M8 x 59 pour la fixation de l'étrésillon inférieur / du montant inférieur	M5 x 59 bout voor bevestiging van de onderste steun / de onderste stijl	1x
16	M8 x 10-Dübel zur Befestigung und Einstellung der Pfosten	M8 x 10 dowels for attaching and setting up the posts	Tasselli M8 x 10 per il fissaggio e la regolazione dei paletti	Espiga de M8 x 10 para sujeción y ajuste de los postes	Cheville M8 x 10 pour la fixation et le réglage des montants	M8 x 10- deuvels ter bevestiging en instelling van de stijlen	4x
17	M8 x 18-Schrauben zur Befestigung der unteren Streben / des Sockel-Formteils	M8 x 18 screws for attaching the lower support / base section	Viti M8 x 18 per il fissaggio del sostegno inferiore / dello pezzo sagomato dello zoccolo	Tornillo de M8 x 18 para sujeción de los puntales inferiores / la base	Vis M8 x 18 pour la fixation des étrésillons inférieurs / du socle préformé	M5 x 18 bouten voor bevestiging van de onderste steunen / het sokkelgedeelte	4x
18	M8 x 53-Schrauben zur Befestigung des oberen Pfostens / der oberen Pfostenabdeckung	M8 x 53 screw for attaching the upper post / upper post cover	Viti M8 x 53 per il fissaggio del montante superiore / della copertura del montante superiore	Tornillo de M8 x 53 para sujeción del poste superior / la cubierta del poste sup.	Vis M8 x 53 pour la fixation du montant supérieur / de l'embout du montant	M5 x 53 bouten voor bevestiging van de bovenste stijl / de bovenste stijlafdekking	1x
19	Ø6,5 Flachscheiben, außen Ø16 (für Schrauben Art. Nr. 14)	Ø6.5 flat washers, outside Ø16 (for screws of item no. 14)	Ø6,5 Rondelle, esterne Ø16 (per viti n° 14)	Arandela Ø6,5, exterior Ø16 (para tornillos n° 14)	Rondelle plate Ø 6,5, Ø extérieur 16 (pour vis, art. n° 14)	Ø 6,5 platte schijven, buiten - Ø 16 (voor schroeven art. nr. 14)	8x
20	M5-Mutter (für Schrauben Art. Nr. 14)	M5 nuts (for screws of item no. 14)	Dadi M5 (per viti n°14)	Tuerca M5 (para tornillos n° 14)	Ecrou M5 (pour vis, art. n° 14)	M5-moer (voor bouten art. nr. 14)	4x
21	M8-Mutter (für Schrauben Art. Nr. 15-17-18)	M8 nuts (for screws of item no. 15-17-18)	Dadi M8 (per viti art. n°15-17-18)	Tuerca M8 (para tornillos n° 15-17-18)	Ecrou M8 (pour vis, art. n° 15-17-18)	M8-moer (voor bouten art. nr. 15-17-18)	6x
22	Ø8,5 Flachscheiben, außen Ø24 (für Schrauben Art. Nr. 17)	Ø8.5 flat washers, outside Ø24 (for screws of item no. 17)	Rondelle Ø8,5, esterne Ø24 (per viti art. n°17)	Arandela Ø8,5, exterior Ø24 (para tornillos n° 17)	Rondelle plate Ø 8,5, Ø extérieur 24 (pour vis, art. n° 17)	Ø8,5 platte schijven, buiten-Ø 24 (voor bouten art. nr. 17)	8x
23	Ø8 Flachscheiben, außen Ø18 (für Schrauben Art. Nr.15-18)	Ø8 flat washers, outside Ø18 (for screws of item no. 15-18)	Rondelle Ø8, esterne Ø18 (per viti art. n° 15-18)	Arandela Ø8, exterior Ø18 (para tornillos n° 15-18)	Rondelle plate Ø8, Ø extérieur 18 (pour vis, art. n° 15-18)	Ø8 platte schijven, buiten-Ø 18 (voor bouten art. nr. 15-18)	2x

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH ZUM ERWERB DIESES PRODUKTES!

Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig durch. Die Bedienungsanleitung ist fester Bestandteil des Produktes. Bewahren Sie sie deshalb genauso wie die Verpackung für spätere Fragen sorgfältig auf. Wenn Sie das Produkt an Dritte weitergeben, geben Sie bitte immer diese Bedienungsanleitung mit. Dieses Produkt muss von einem Erwachsenen aufgebaut werden. Dieses Produkt ist nicht für den gewerblichen Gebrauch konstruiert. Die Benutzung des Produktes erfordert bestimmte Fähigkeiten und Kenntnisse. Setzen Sie es nur altersgerecht ein, und benutzen Sie das Produkt ausschließlich für seinen vorgesehenen Zweck.

TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

Artikel: Basketballständer All Stars
Artikelnummer: 71655
Höhenverstellbar: 165 bis 205 cm

Wenn Sie Probleme beim Aufbau haben oder weitere Produktinformationen wünschen finden Sie alles Wissenswerte unter http://www.hudora.de/.

INHALT

1 x Basketballständer
1 x Gebrauchshinweise

Weitere Teile, die unter Umständen in der Lieferung enthalten sind, werden nicht benötigt.

ALLGEMEINE TRAININGSPRINZIPIEN

1. Aufwärmen:
Wärmen Sie sich vor jedem Training auf. Gehen oder Laufen auf der Stelle, Stretching und leichte Dehnübungen eignen sich als Warm-up hervorragend.
2. Atmung:
Die richtige Atmung spielt beim Training eine wichtige Rolle. Atmen Sie ruhig und gleichmäßig. Halten Sie während des Trainings nie den Atem an.
3. Kleidung und Platz:
Ziehen Sie zum Training bequeme Sportkleidung an. Ziehen Sie immer Sportschuhe an, trainieren Sie nie mit nackten Füßen, Sandalen, Strümpfen oder Strumpfhosen.
4. Abwärmen:
Wärmen Sie sich nach dem Training mit leichten Dehnübungen oder Stretching ab. So kann der Puls langsam sinken und der Körper regeneriert sich schneller für die nächste Belastung, da die Stoffwechselabfälle (Laktate) durch die abschließende Bewegung besser abgebaut werden können.
5. Gesundheit:
Brechen sie das Übungsprogramm sofort ab, wenn Sie bei der Durchführung der Übungen ein Ziehen in den Muskeln verspüren oder auch allgemeine Schmerzen auftreten. Kontaktieren Sie zu Ihrer Sicherheit einen Arzt.

HANDHABUNG: Achten Sie auf einen sicheren und festen Stand des Gerätes. Machen Sie die Trainingszeit abhängig von Ihren Leistungsmöglichkeiten und überfordern Sie sich nicht.

WARNUNG: Grundsätzlich sollten Sie vor der Aufnahme eines Trainings Ihren Arzt/Ihre Ärztin konsultieren.

SICHERHEITSHINWEISE

- Stellen Sie den Basketballständer auf einen festen und ebenen Untergrund.
- Prüfen Sie vor Benutzung des Basketballständers, ob alle Verbindungen fest angezogen sind, und prüfen Sie dieses später wiederholt!
- Füllen Sie immer den Fuß mit Wasser oder Sand, damit die Stabilität des Basketballständers gewährleistet ist und nicht nach vorne fällt.
- Lassen Sie Kinder nie in unmittelbarer Nähe des Trainingsgeräts ohne Aufsicht spielen oder das Gerät montieren.
- Benutzen Sie den Basketballständer nie in der Nähe von Wasser oder lassen sie ihn nicht im Regen draussen stehen.
- Tragen Sie zum Training geeignete Kleidung. Die Kleidung muss so beschaffen sein, dass diese nicht aufgrund ihrer Form während des Trainings irgendwo hängen bleiben kann. Tragen Sie immer Sportschuhe und trainieren Sie nie mit nackten Füßen, Sandalen, Strumpfhosen oder Strümpfen.
- Überprüfen Sie vor jeder Benutzung, dass der Basketballständer funktionsfähig ist und benutzten Sie ihn nicht wenn er nicht einwandfrei funktioniert.
- Wenn Sie sich schlecht fühlen, stoppen Sie sofort das Training.
- Kontrollieren Sie den Basketballständer regelmäßig nach defekten Teilen und tauschen Sie sie aus.
- Benutzen Sie nur Original-Ersatzteile.
- Verwenden Sie den Basketballständer nur für den beabsichtigten Zweck.
- Tragen Sie keinen Schmuck mit dem Sie am Basketballkorb hängen bleiben können.
- Klettern Sie nicht am Basketballständer herum.
- Hängen Sie sich nicht an den Korb, führen Sie keine Dunks durch, der Basketballständer könnte umkippen.
- Das Trainingsgerät ist nur für private Nutzung geeignet. Mit jeglichem kommerziellen Gebrauch verliert jede Garantie ihre Gültigkeit.
- Achtung! Der Ständer muss jederzeit gegen Umkippen gesichert sein. Hängen Sie sich niemals an den Korb.

ERFORDERLICHE WERKZEUGE

- 8mm-Sechskant-Schraubenschlüssel
- 13mm-Sechskant-Schraubenschlüssel
- Hammer
- Schraubendreher

MONTAGE

Platzieren Sie den Sockel aus Sicherheitsgründen auf einer flachen, ebenen Oberfläche ohne spitze Gegenstände, die ihn durchstoßen könnten. Wir empfehlen Ihnen, den Sockel mit Sand anstatt mit Wasser zu füllen, da Wasser im Falle eines Lochs auslaufen und das Produkt umfallen und Sach- oder Personenschäden verursachen kann.

Schritt 1:
Markieren Sie den unteren Pfosten (7) mit einem Stift in einer Höhe von 6,5 cm von oben (konisches Ende). Schieben Sie den mittleren Pfosten (6) (konisches Ende) in den unteren Pfosten und stoßen Sie ihn gegen eine hölzerne Oberfläche. Wenn die Pfosten die Markierung nach dem Stoßen nicht erreichen und nicht sicher befestigt sind, beenden Sie die Montage und wiederholen Sie den Vorgang.
Schritt 2:
Lösen Sie die Sperrschrauben (16) und verbinden Sie die Räder und den unteren Pfosten mit der Achse (9). Positionieren Sie die Pfosten (6 und 7) wie dargestellt (mit den Schrauben nach hinten).
Schritt 3:
Montieren und befestigen Sie die unteren rechten und linken Streben am unteren Pfosten und an dem Sockel-Formteil.
Schritt 4:
Füllen Sie das Sockel-Formteil mit Wasser oder Sand und verschließen Sie es mit der mitgelieferten Kappe.
Schritt 5:
Hängen Sie das Netz in die metallischen Haken am Korbring ein und befestigen Sie es wie in der Abbildung gezeigt.
Schritt 6:
Montieren Sie das Korbbrett (1) und den Korb (2) auf dem oberen Pfosten. Verschließen Sie den oberen Pfosten mit der mitgelieferten Kappe (4).
Schritt 7:
Setzen Sie den oberen Pfosten mitsamt dem Korbbrett mindestens 17 cm in den mittleren Pfosten ein und ziehen Sie die Schrauben an (16).

WARNUNG: Betreiben Sie den Basketball-Ständer niemals ohne zuvor das Sockel-Formteil mit Wasser oder Sand gefüllt zu haben.

EINSTELLUNG DER HÖHE DES KORBBRETTS

WARNUNG:
Dle Höhe des Rings darf maximal 205 cm über dem Boden betragen:

- Lösen Sie die drei Schrauben (16) des mittleren Pfostens (6) und verändern Sie die Höhe. Achten Sie dabei darauf, die Pfosten nicht ganz herauszuziehen. Wenn Sie die gewünschte Höhe eingestellt haben, ziehen Sie die Schrauben (16) wieder fest an.
- Die Rohre müssen mindestens 17 cm ineinander geschoben werden.

TRANSPORT DES STÄNDERS

Umfassen Sie den mittleren Pfosten mit beiden Händen und fixieren Sie den Sockel mit ihrem linken Fuß. Kippen Sie den Basketballständer in Ihre Richtung, bis Sie ihn mittels der montierten Transportrollen bewegen können. Haben Sie das Gerät an den gewünschten Standort gebracht, dann richten Sie ihn wieder vorsichtig auf.

WARTUNG UND LAGERUNG

Reinigen Sie das Produkt nur mit einem Tuch oder feuchten Lappen und nicht mit speziellen Reinigungsmitteln! Überprüfen Sie das Produkt vor und nach Gebrauch auf Schäden und Verschleissspuren. Nehmen Sie keine baulichen Veränderungen vor! Verwenden Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit nur Original-Ersatzteile. Diese können Sie bei HUDORA beziehen. Sollten Teile beschädigt sein oder scharfe Ecken und Kanten entstanden sein, darf das Produkt nicht mehr verwendet werden! Nehmen Sie im Zweifel mit unserem Service Kontakt auf (http://www.hudora.de/service/). Lagern Sie das Produkt an einem sicheren, witterungsgeschützten Ort, so dass es nicht beschädigt werden kann oder Personen verletzen kann.

ENTSORGUNGSHINWEIS

Bitte führen Sie das Gerät am Ende seiner Lebensdauer den zur Verfügung stehenden Rückgabe- und Sammelsystemen zu. Fragen beantworten die Entsorgungsunternehmen vor Ort.

SERVICE

Wir sind bemüht, einwandfreie Produkte auszuliefern. Sollten trotzdem Fehler auftreten, sind wir genauso bemüht, diese zu beheben. Deswegen erhalten Sie zahlreiche Informationen zum Produkt, zu Ersatzteilen, Problemlösungen und verloren gegangene Aufbauanleitungen unter: http://www.hudora.de/artnr/71655/.

Alle Abbildungen sind Designbeispiele.

CONGRATULATIONS ON PURCHASING THIS PRODUCT!

Please read these instructions carefully. The instructions are an integral component of the product. Therefore, please store them and the packaging carefully in case questions arise in the future. Please always include these instructions when handing on the product to a third party. This product must be assembled by an adult. This product is not designed for industrial use. The use of the product requires certain capabilities and skills. Always adjust according to the age of the user and use for the purpose it has been designed for.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

Item:	All Stars basketball stand
Item number:	71655
Height-adjustable:	165 – 205 cm

If you have assembly problems or would like further information on the product, we have all you need and more at http://www.hudora.de/.

CONTENTS

1 x Basketball stand
1 x Instruction leaflet

Other parts which may be included with the delivery in some circumstances are not required.

GENERAL TRAINING PRINCIPLES

1. Warm up:
Warm up before each training session. Walking or running on the spot and light stretching exercises are excellent for warming up.
2. Breathing:
Correct breathing plays an important role in training. Breathe calmly and evenly. Never hold your breath while training.
3. Clothes and space:
Wear comfortable sports clothing when training. Always wear sports shoes; never train in bare feet, sandals, socks or tights.
4. Warm down:
Use light stretching to warm down again after training. This allows the pulse to drop slowly and allows the body to regenerate itself more quickly for the next session, as the decomposition of metabolic wastes (lactates) is better achieved through carrying out these movements at the end.
5. Health:
Stop the exercise program immediately if you feel a tightening in your muscles or any general pain when carrying out the exercises. For your own safety, please contact a doctor.

USE: Make sure this piece of equipment is positioned securely and firmly. Adjust the length of time you train to your capacities and do not over-exert yourself.

WARNING: As a matter of course, you should consult your doctor before starting the training.

SAFETY INSTRUCTIONS

- Place the basketball stand on a firm and level surface.
- Check that all connections have been tightly fastened before using the basketball stand and check again later!
- Always fill the base with water or sand so that the stability of the basketball stand is assured and it won't fall forwards.
- Never allow children to play in the immediate proximity of this piece of training equipment without supervision and never let them assemble it.
- Never use the basketball stand near water or leave it outside in the rain.
- Wear suitable clothing when training. The clothes must be constituted in such a way that they cannot catch in anything during the training due to their fit. Always wear sports shoes and never train in bare feet, sandals, socks or tights.
- Before each use, check that the basketball stand is set up correctly and never use it if it is not working properly.
- If you feel ill, stop training immediately.
- Check the basketball stand regularly for defective parts and replace them.
- Use original spare parts only.
- Use the basketball stand for its intended purpose only.
- Never wear jewellery which could catch in the basketball basket.
- Do not climb up the basketball stand.
- Do not hang off the basket or make slam dunks, the basketball stand could tip over.
- This piece of training equipment is only suitable for private use. If it is used commer--cially, any guarantee is invalidated.
- Warnings! The stand must be properly secured at all times to prevent toppling. Never hang from the basket.

TOOLS REQUIRED

- 8mm hexagonal wrench
- 13mm hexagonal wrench
- hammer
- Screwdriver

ASSEMBLY

For safety reasons, position the base on a flat, level surface without sharp objects which could pierce it. We would recommend filling the base with sand rather than water as water will flow out if there is a hole. This could cause the product to fall over and cause damage to objects or injury to people.

Step 1:
Use a pencil to mark the lower post (7) at a height of 6.5 cm from the top (conical end). Push the middle post (6) (conical end) into the lower post and strike it against a wooden surface. If the posts don't reach the marking after this and are not securely attached, stop the assembly and start the process again.
Step 2:
Unscrew the locking screws (16) and connect the wheels and the lower post with the axle (9). Position the posts (6 and 7) as shown (with the screws at the bottom).
Step 3:
Mount and attach the lower right and left supports to the lower post and to the base section.
Step 4:
Fill the base section with water or sand and seal it with the cap provided.
Step 5:
Hang the net into the metallic hooks on the basketball ring and attach it as show in the diagram.
Step 6:
Mount the backboard (1) and the basket (2) onto the upper post. Seal off the upper post with the cap provided (4).
Step 7:
Put the upper post and bakkboard at least 17 cm into the middle post and tighten the screws (16).

WARNING: Never use the basketball stand without first having filled the base section with water or sand.

SETTING THE HEIGHT OF THE BACKBOARD

WARNING:
The height of the basket ring must never exceed 205 cm from the ground:

- Unscrew the three screws (16) of the middle post (6) and adjust the height. Be careful not to pull the post out completely. When you have the post at the required height tighten the screws (16) again tightly.
- The posts must be pushed at least 17cm into each other.

TRANSPORTING THE STAND

Grasp the central post with both hands and fix the base with your left foot. Tilt the basketball stand towards you until you can move it using the mounted wheels. Once you have transported the stand to where you want it, return it carefully to an upright position.

MAINTENANCE AND STORAGE

Use a dry or damp cloth only to clean the product; do not use special cleaning agents! Check the product for damage or traces of wear and tear before and after each use. Do not make any structural changes. For your own safety, please use original spare parts only. These can be sourced from HUDORA. If parts become damaged or if sharp edges or corners should develop, the product may not be used any more. If in any doubt, please contact our service team (http://www.hudora.de/). Store the product in a safe place where it is protected from the elements, cannot be damaged, and cannot injure anyone.

DISPOSAL ADVICE

At the end of the product's life, please dispose of it at an appropriate collection point in your area. Local waste management companies will be able to answer your questions on this.

SERVICE

We make every effort to deliver faultless products. If faults do arise however, we put just as much effort into rectifying them. Therefore, you can find numerous information on the product, replacement parts, solutions to problems and lost assembly manuals at http://www.hudora.de/artnr/71655/.

All images are examples of the design.

CONGRATULAZIONI PER AVER ACQUISTATO QUESTO PRODOTTO!

La preghiamo di leggere molto attentamente questo manuale. Il manuale fa parte del prodotto. Quindi va conservato come tutto l'imballaggio per eventuali domande in futuro. Dando il prodotto a terzi per cortesia allegare sempre il manuale. Il prodotto deve essere montato da un adulto. Questo prodotto non è adatto per uso commerciale. L'utilizzo del prodotto richiede determinate abilità e conoscenze. Usare solo in maniera adeguata all'età, e utilizzare il prodotto esclusivamente per gli scopi previsti.

SPECIFICHE TECNICHE

Articolo:	Supporto del canestro da basket All Stars
Articolo numero:	71655
Regolabile in altezza:	165 – 205 cm

Se avete problemi con l'assemblea o richiedete più informazioni, visiti prego il nostro website http://www.hudora.de/.

CONTENUTO

1 x Supporto del canestro da basket
1 x istruzioni per l'uso

Gli altri pezzi che in queste circostanze non sono compresi nella confezione, non sono necessari.

PRINCIPI GENERALI DI ALLENAMENTO

1. Riscaldamento:
Eseguite esercizi di riscaldamento prima di ogni allenamento. La corsa o la marcia sul posto, lo stretching oppure leggeri esercizi di distensione sono ottimi esercizi di riscaldamento.
2. Respirazione:
Quando ci si allena, é estremamente importante respirare correttamente. Respirate sempre con calma ed in modo uniforme e non trattenete mai il fiato durante l'allenamento.
3. Abbigliamento e spazio:
In occasione dell'allenamento, indossate comodi indumenti sportivi. Calzate sempre scarpe da ginnastica ed evitate di allenarsi a piedi nudi oppure indossando sandali, calze o collant.
4. Esercizi defatiganti:
Dopo aver svolto il programma di allenamento, eseguite sempre leggeri esercizi di stretching o di distensione. In questo modo le pulsazioni possono scendere lentamente ed il corpo può rigenerarsi più velocemente e prepararsi per le sollecitazioni successive, poiché gli scarti metabolici (lattati) possono essere eliminati in modo migliore per mezzo dello svolgimento degli esercizi defatiganti conclusivi.
5. Salute:
Interrompete immediatamente il programma d'esercizio se si avverte una tensione dei muscoli durante l'esecuzione degli esercizi o se si manifestano dolori diffusi rivolgersi ad un medico per ragioni di sicurezza.

MANIPOLAZIONE: Assicurarsi che il prodotto sia collocato in posizione stabile e sicura. Adattate i tempi d'allenamento alle proprie possibilità senza sottoporsi a stress eccessivi.

AVVERTENZA: Di norma, prima di iniziare un allenamento programmato, si dovrebbe consultare il proprio medico.

INDICAZIONI DI SICUREZZA

- Collocate il supporto del canestro da basket su di una superficie piana e solida.
- Prima dell'utilizzo del tabellone da basket con colonna, verificare che tutti i raccordi siano ben fissati e ripetere questa operazione anche successivamente!
- Riempite sempre il piedistallo con acqua o sabbia allo scopo di garantire la stabilitá del supporto del canestro da basket e per impedire che esso possa cadere in avanti o ribaltarsi.
- Non permettere che i bambini giochino senza sorveglianza nelle immediate vicinanze dell'attrezzo oppure che essi montino l'attrezzo stesso.
- Non impiegate mai il canestro da basket vicino all'acqua e non lasciarlo esposto all'acqua piovana
- Indossate capi di abbigliamento idonei in occasione dell'allenamento. Gli indumenti devono essere realizzati in modo da non poter restare agganciati o appesi da qualche parte a causa della loro forma durante lo svolgimento degli esercizi. Indossare sempre scarpe sportive, ma non allenarsi mai a piedi nudi, con sandali, con gambaletti o calzamaglie.
- Prima di impiegare il canestro da basketball, verificarne sempre la funzionalità e non usatelo quando esso non funziona effettivamente in modo perfetto.
- Quando ci si sente male, interrompere immediatamente l'allenamento.
- Controllate regolarmente il canestro da basketball per verificare l'esistenza di elementi danneggiati e sostituire questi ultimi.
- Impiegate esclusivamente pezzi di ricambio originali.
- Utilizzate il canestro da basket solo per lo scopo previsto.
- Non indossate gioielli, poiché potreste rimanere appesi al canestro.
- Non vi arrampicate sul supporto del basket.
- Non appendetevi al canestro e non eseguite alcuna schiacciata, poiché il canestro da basket potrebbe ribaltarsi.
- L'attrezzo é idoneo per essere impiegato esclusivamente in forma privata. In occasio ne di qualsiasi impiego commerciale, la garanzia perde la sua validità.
- Avvertenze! La colonna deve essere fissata sempre fermamente per evitare ribaltamenti. Non appendetevi mai al cestino.

ATTREZZI NECESSARI

- Chiave per viti a testa esagonale da 8 mm
- Chiave per viti a testa esagonale da 13 mm
- Martello
- Cacciavite

MONTAGE

Collocate lo zoccolo per motivi di sicurezza su una superficie piana senza oggetti appuntiti che potrebbero danneggiarlo. Vi sugeriamo di riempire lo zoccolo di sabbia al posto dell'acqua, giacché quest'ultima potrebbe fuoriuscire in presenza di una falla, causando il ribaltamento del prodotto e danni a cose e persone.

Fase 1:
Contrassegnate il montante inferiore (7) dall'alto con un pennarello ad un'altezza di 6,5 cm (estremità conica). Infilate il montante (6) (estremità conica) nel montante inferiore e spingetelo contro una superficie in legno. Terminate il montaggio e ripetete la procedura, se dopo la spinta i montanti non hanno raggiunto la demarcazione e non sono stati fissati saldamente.
Fase 2:
Allentate le viti di fermo (16) e collegate le ruote ed il montante inferiore all'asse (9). Posizionate i montanti (6 e 7) come raffigurato nell'illustrazione (con le viti rivolte verso il lato posteriore).
Fase 3:
Montate e fissate i sostegni inferiori, sul lato destro e su quello sinistro, al montante inferiore ed al pezzo sagomato dello zoccolo.
Fase 4:
Adesso riempite il pezzo sagomato dello zoccolo con acqua o con sabbia e chiudetelo con l'apposito tappo.
Fase 5:
Applicate la rete ai ganci metallici dell'anello del canestro e fissate, come mostrato nella figura.
Fase 6:
Montate il tabellone (1) ed il canestro (2) sul montante superiore. Chiudete il montante superiore con il tappo in dotazione (4).
Fase 7:
Infilate il montante superiore insieme al tabellone di almeno 17 cm nel montante centrale e stringete le viti (16).

AVVERTENZA: Non usate mai il supporto del canestro da basket senza aver riempito precedentemente il pezzo sagomato dello zoccolo di acqua o sabbia.

IMPOSTAZIONE DELL'ALTEZZA DEL TABELLONE

AVVERTENZA:
L'altezza del canestro non deve mai superare 205 cm dal suolo:

- allentate le tre viti (16) del montante centrale (6) e modificate l'altezza. Fate attenzione a non estrarre completamente i montanti. Se avete regolato l'altezza richiesta, stringete di nuovo saldamente le viti (16).
- I tubi devono essere infilati uno dentro l'altro per almeno 17 cm.

TRASPORTO DEL SUPPORTO

Afferrare il palo centrale con entrambe le mani e bloccare la base con un piede. Inclinare il supporto verso di sè finché si riesce a spostarlo sulle apposite rotelle per il trasporto. Una volta portato il supporto nella posizione desiderata, raddrizzarlo con cautela.

MANUTENZIONE E CONSERVAZIONE

Pulire il prodotto solo con un panno oppure con un panno inumidito senza usare speciali detergenti. Verificate che il prodotto non abbia subito danno e non presenti tracce di usura prima e dopo l'uso. Non apportate alcuna modifica al prodotto. Utilizzate per la vostra sicurezza solo ricambi originali. Essi si possono acquistare presso la ditta HUDORA. Se le parti dovessero essere danneggiate oppure dovessero evidenziare angoli e spigoli, il prodotto non potrà essere più utilizzato. Nel dubbio contattate il nostro centro di assistenza tecnica (http://www.hudora.de/). Stoccate il prodotto in un luogo sicuro, protetto dalle intemperie, in modo che non possa essere danneggiato o ferire delle persone.

ISTRUZIONI PER LO SMALTIMENTO

Siete pregati di portare l'apparecchio, al termine della propria durata utile, presso un apposito punto di raccolta e di restituzione disponibile. L'impresa di smaltimento locale sarà a vostra disposizione per rispondere ad eventuali domande.

ASSISTENZA TECNICA

Ci sforziamo a fornire die prodotti perfettamente funzionali. Se comunque doveste riconoscere eventuali difetti, ci impegneremo subito a rimuoverli. A tale proposito riceverete tante informazioni sul prodotto, sui pezzi di ricambio, sulle soluzioni ai problemi e sulle istruzioni per il montaggio andate perse sul sito web all'indirizzo http://www.hudora.de/artnr/71655/.

Tutte le illustrazioni sono esempi di progetti.

¡LE FELICITAMOS POR LA COMPRA DE ESTE PRODUCTO!

Lea atentamente este manual de instrucciones. El manual de instrucciones forma parte integrante del producto. Consérvelo por ello cuidadosamente, al igual que el embalaje, para posteriores consultas y preguntas. Entregue asimismo el manual cuando preste o regale el producto a terceros. Este producto debería ser montado por un adulto. El producto no se diseña para el uso comercial. El uso del producto requiere de ciertas capacidades y conocimientos. Utilícelo sólo conforme a la edad y exclusivamente con el objeto previsto.

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Artículo: Canasta de pelota All Stars
Número de artículo: 71655
Alturas ajustables: 165 – 205 cm

Si usted tiene problemas con la asamblea o requiere más información, visite por favor nuestro website http://www.hudora.de/.

CONTENIDO

1 x Canasta de pelota
1 x Indicaciones de uso

No se requieren otras partes que eventualmente podrían estar incluidas en el envío

PRINCIPIOS DE ENTRENAMIENTO GENERALES

1. Calentamiento:
Caliéntese siempre antes de iniciar el entrenamiento. Andar o correr sobre la marcha, hacer „stretching" o estiramientos ligeros constituyen ejercicios de calentamiento ideales.
2. Respiración:
Una respiración correcta resulta esencial durante el entrenamiento. Mantenga siempre una respiración tranquila y regular. No contenga nunca la respiración durante el entrenamiento.
3. Indumentaria:
Póngase ropa deportiva cómoda para entrenarse. Lleve siempre calzado de deporte. No se entrene nunca descalzo o llevando sólo calcetines, medias o leotardos.
4. Despúes del entrenamiento:
Haga ejercicios de estiramiento ligeros o „stretching" una vez terminado el entrenamie to. El pulso puede bajar así despacio, y el cuerpo regenerarse más rápidamente para el próximo esfuerzo, ya que los lactatos se eliminan mejor haciendo un poco de ejercicio después del entrenamiento.
5. Salud:
Suspenda inmediatamente el entrenamiento cuando note un tirón en los músculos o cualquier otro dolor durante el mismo. Acuda por si acaso al médico.

USO: Asegúrese de que la canasta está asentada firme y seguramente. Fije la duración del entrenamiento en función de sus capacidades y no las sobreestime.

ADVERTENCIA: Ud. debería consultar siempre a un médico antes de iniciar el entrenamiento.

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

- Coloque la canasta sobre una superficie firme y plana.
- Antes de usar la canasta, compruebe que todas las uniones estén firmemente apretadas y repita posteriormente varias veces esta comprobación!
- Rellene siempre la base con agua o arena para asegurar la estabilidad de la canasta y evitar que se vuelque hacia adelante.
- No permita que los niños jueguen sin vigilancia en las inmediaciones de la canasta o intenten montarla.
- No coloque la canasta cerca de una superficie acuática, ni la deje fuera mientras llueva.
- Lleve durante el entrenamiento ropa adecuada, que no pueda engancharse a objetos durante el mismo. Póngase siempre calzado de deporte. No se entrene nunca descalzo
- llevando sólo calcetines, medias, leotardos o sandalias.
- Antes de cada uso, asegúrese de que la canasta funcione correctamente. No la use de lo contrario.
- Suspenda inmediatamente el entrenamiento si se encuentra mal.
- Controle periódicamente que todos los componentes de la canasta se encuentren en buen estado, reponiéndolos de lo contrario.
- Utilice únicamente recambios originales.
- Utilice el producto solamente para el uso previsto.
- No lleve bisutería susceptible de engancharse a la cesta.
- No se suba al tablero.
- No se cuelgue del aro y ni haga „dunks", ya que podría volcarse la canasta.
- El artículo está destinado exclusivamente al uso particular. La garantía caduca en caso de cualquier uso comercial.
- ¡Advertencias! El poste tiene que estar asegurado en todo momento contra los vuelcos. No se cuelgue nunca de la canasta.

HERRAMIENTAS NECESARIAS

- Llave para tornillos de cabeza hexagonal de 8mm
- Llave para tornillos de cabeza hexagonal de 13mm
- Martillo
- Destornillador

MONTAJE

Por razones de seguridad, coloque la base sobre una superficie firme, plana y desprovista de objetos puntiagudos que puedan atraversarla o pincharla. Recomendamos rellenar la base con arena en lugar de agua, ya que el agua puede vaciarse en caso de fuga, provocando entonces que la canasta se vuelque y cause eventualmente daños materiales o corporales.

Paso 1:
Marque el poste inferior (7) con un rotulador/lápiz a una distancia de 6,5 cm del extremo superior (extremo cónico). Inserte el poste central (6) (extremo cónico) en el poste inferior, apoyándolo contra una superficie de madera. Si no logra embutir los postes hasta la marca, éstos no están sujetados firmemente. Desensamble entonces los postes e insértelos de nuevo hasta alcanzar la marca.
Paso 2:
Suelte los tornillos bloqueantes (16) y fije las ruedas y el poste inferior al eje (9). Coloque los postes (6 y 7) de la manera indicada (con los tornillos hacia atrás)
Paso 3:
Monte y sujete los puntales inferiores derecho e izquierdo al poste inferior y la base.
Paso 4:
Rellene la base con agua o arena y ciérrela con el tapón suministrado.
Paso 5:
Cuelgue la red a los ganchos metálicos del aro y fíjela de la manera indicada en la figura.
Paso 6:
Monte el tablero (1) y la cesta (2) al poste superior. Cierre el poste superior con el capuchón suministrado (4).
Paso 7:
Inserte el poste superior, con el tablero, un mínimo de 17 cm en el poste central y apriete los tornillos (16).

ADVERTENCIA: No use nunca la canasta de pelota sin haber rellenado antes la base con agua o arena.

AJUSTE DE LA ALTURA DEL TABLERO

ADVERTENCIA:
El aro no ha de estar nunca a más de 205 cm del suelo:

- Suelte los tres tornillos (16) del poste central (6) y modifique la altura. Preste atención a no extraer por completo los postes. Apriete de nuevo firmemente los tornillos (16) una vez que haya ajustado la altura deseada.
- Los tubos deberían estar embutidos mutuamente un mínimo de 17 cm.

TRANSPORTE DEL BASTIDOR

Abarque la columna media con ambas manos y fije el zócalo con su pie izquierdo. Vuelque el bastidor de basquetbal en su dirección, hasta que pueda moverlo con los rodillos de transporte montados. Una vez que haya colocado el dispositivo en el sitio de emplazamiento deseado, colóquelo nuevamente con cuidado.

MANTENIMIENTO Y ALMACENAMIENTO

Limpie el producto sólo con un paño o un trapo húmedo y no con agentes de limpieza especiales. Revise el producto antes y después del uso en cuanto a daños y rastros de desgaste. No efectúe modificaciones estructurales. Por su propia seguridad, utilice sólo repuestos originales. Podrá adquirirlos en HUDORA. Si hay partes dañadas o se han generado ángulos y bordes filosos, el producto no deberá seguir siendo utilizado. En caso de duda, contáctese con nuestro servicio técnico a http://www.hudora.de/. Guarde el producto en un lugar seguro, protegido de las inclemencias del tiempo, de modo que no pueda ser dañado ni pueda lastimar a personas.

INDICACIÓN PARA EL DESECHO

Utilice los sistemas de devolución o recogida disponibles para desechar el producto cuando éste llegue al final de su vida útil. Consulte en su caso a los servicios de desechación locales.

SERVICIO TÉCNICO

Procuramos vender siempre productos perfectos. Si de todos modos éstos presentan defectos, procuramos eliminarlos inmediatamente. Por ello proporcionamos numerosas informaciones sobre el producto, los repuestos, soluciones a problemas e instrucciones de montaje perdidas en http://www.hudora.de/artnr/71655/.

Todas las ilustraciones son ejemplos de diseño.

FÉLICITATIONS POUR L'ACHAT DE CE PRODUIT!

Veuillez lire attentivement le présent mode d'emploi. Le mode d'emploi fait partie intégrante du produit. Veuillez en conséquence le conserver soigneusement ainsi que l'emballage à des fins de questions ultérieures. Si vous cédez le produit à un tiers, veuillez également lui donner le présent mode d'emploi. Ce produit doit être montée par un adulte. Ce produit n'a pas été conçu à des fins industrielles. L'utilisation du produit nécessite certaines facultés et connaissances. Ne l'utilisez que conforme à l'âge d'utilisation et utilisez le produit uniquement dans son but prévu.

SPECIFICATIONS TECHNIQUES

Article:	Portique de basket-ball All Stars
Référence de l'article:	71655
Hauteur réglable:	165 – 205 cm

Si vous rencontrez certaines difficultés lors de l'installation ou si vous souhaitez plus d'informations sur le produit, rendez-vous sur http://www.hudora.de/.

CONTENU

1 x Portique de basket-ball
1 x Mode d'emploi

D'autres pièces non incluses dans la livraison ne sont pas nécessaires

PRINCIPES GÉNÉRAUX D'ENTRAÎNEMENT

1. Echauffement:
Echauffez-vous avant chaque entraînement. La marche ou la course sur place, les étirements et les exercices de rotation faciles sont excellents pour s'échauffer.
2. Respiration:
La respiration correcte joue un rôle important lors de l'entraînement. Respirez calmement et régulièrement. Ne retenez jamais votre respiration pendant l'entraînement.
3. Tenue vestimentaire et place:
Pour l'entraînement, portez des vêtements de sport confortables. Portez toujours des chaussures de sport, ne vous entraînez jamais pieds nus, avec des sandales ou des collants.
4. Récupération:
Après l'entraînement, récupérez en effectuant des exercices de rotation faciles ou des étirements. Le pouls peut ainsi baisser et le corps se régénère plus rapidement pour la sollicitation suivante car les déchets métaboliques (lactate) peuvent être mieux éliminés grâce au mouvement subséquent.
5. Santé:
Interrompez immédiatement le programme d'entraînement si vous sentez une tension musculaire en effectuant les exercices ou si des douleurs générales apparaissent. Pour votre sécurité, contactez un médecin.

MANIEMENT: Veillez à une fixation sûre et robuste de l'appareil. Adaptez votre durée d'entraînement à vos capacités physiques et ne vous surpassez pas.

AVERTISSEMENT: Vous devriez, de principe, consulter votre médecin avant de pratiquer un entraînement.

CONSIGNES DE SECURITE

- Placez le portique de basket-ball sur un sol ferme et plat.
- Avant l'utilisation du panier de basket, vérifier que tous les raccords soient fixes et renouveler ce contrôle ultérieurement!
- Remplissez toujours le pied avec de l'eau ou du sable afin de garantir la stabilité du portique de basket-ball et l'empêcher de tomber vers l'avant.
- Ne laissez jamais les enfants jouer sans surveillance à proximité immédiate de l'appareil d'entraînement et le les laissez pas grimper dessus.
- N'utilisez jamais le portique de basket-ball près de l'eau et ne le laissez pas dehors sous la pluie.
- Pour l'entraînement, portez des vêtements appropriés. La tenue doit être conçue de manière à ce que vous ne puissiez rester accroché quelque part pendant l'entraînement en raison de sa forme. Portez toujours des chaussures de sport et ne vous entraînez jamais pieds nus, avec des sandales, en collants ou en chaussettes.
- Assurez-vous, avant chaque utilisation, que le portique de basket-ball est opérationnel et ne l'utilisez pas s'il n'est pas en parfait état.
- Arrêtez immédiatement l'entraînement si vous vous sentez mal.
- Vérifiez régulièrement le portique de basket-ball afin de détecter les pièces défectueuses et remplacez-les.
- N'utilisez que des pièces de rechange d'origine.
- N'utilisez le portique de basket-ball qu'aux fins prévues.
- Ne portez pas de bijoux avec lesquels vous pourriez rester accroché sur le panier de basket-ball.
- N'escaladez pas le portique de basket-ball.
- Ne vous suspendez pas au panier, n'effectuez pas de dunks car le portique de basket-ball pourrait se renverser.
- L'appareil d'entraînement ne convient que pour un usage privé. Toute utilisation com merciale engendre l'annulation de la garantie.
- Attention! Le panier doit à tout moment être protégé contre les chutes. Ne jamais se pendre au panier.

OUTILS NÉCESSAIRES

- Clé plate six pans 8mm
- Clé plate six pans 13mm
- Marteau
- Tournevis

MONTAGE

Pour des raisons de sécurité, placez le socle sur une surface plane et égale, exempte d'objets pointus susceptibles de vous piquer. Nous vous conseillons de remplir le socle avec du sable au lieu d'avec de l'eau, dans la mesure où, en cas de perforation, l'eau s'écoule et peut provoquer la chute du produit ou causer des dommages matériels ou des préjudices personnes.

Etape 1:
Marquez le montant inférieur (7) avec un crayon à une hauteur de 6,5 cm du haut (extrémité conique). Insérez le montant central (6) (extrémité conique) dans le montant inférieur et tapiez le contre une surface en bois. Si les montants n'atteignent pas le marquage après les avoir tapés, arrêtez le montage et recommencez le processus.
Etape 2:
Enlevez les rondelles plates (16) et reliez les roues et le montant inférieur avec l'axe (9). Positionnez les montants (6 et 7) selon l'illustration (avec les vis vers l'arrière).
Etape 3:
Montez et fixez les étrésillons inférieurs droits et gauches sur le montant inférieur et sur le socle préformé.
Etape 4:
Remplissez le socle préformé avec de l'eau ou du sable et fermez-le avec le couvercle fourni.
Etape 5:
Suspendez le filet dans les crochets métalliques sur le cercle et fixez-le comme indiqué sur l'illustration.
Etape 6:
Montez le panneau arrière (1) et le panier (2) sur le montant supérieur. Fermez les montants supérieurs avec les embouts fournis (4).
Etape 7:
Insérez les montants supérieurs avec le panneau arrière sur une longueur de 17 cm minium dans les montants centraux et serrez les vis (16).

MISE EN GARDE: N'utilisez jamais le portique de basket-ball sans avoir préalablement rempli le socle avec de l'eau ou du sable.

REGLAGE DE LA HAUTEUR DU PANNEAU ARRIERE

MISE EN GARDE:
La hauteur d´anneau du pannier ne doit jamais être supérieure à 205 cm au-dessus du sol:

- Enlevez les trois vis (16) du montant central (6) et modifiez la hauteur. Veillez à ne pas sortir complètement les montants. Lorsque vous avez réglé la hauteur souhaitée, resserrez les vis (16).
- Les tubes doivent être enfoncés les uns dans les autres sur une longueur de 17 cm minimum.

TRANSPORT DU SUPPORT

Saisissez le poteau du milieu avec deux mains et fixez le socle avec votre pied gauche. Basculez le support de panneau de basket dans votre direction, jusqu'à ce que vous puissiez le déplacer à l'aide des roulettes de transport. Une fois que vous avez amené l'appareil à l'endroit souhaité, redressez-le avec précaution.

ENTRETIEN ET STOCKAGE

Nettoyez le produit uniquement avec un tissu ou chiffon humide et non avec un produit de nettoyage spécial! Avant et après utilisation, vérifiez le produit afin de détecter tout signe d'endommagement ou d'usure. N'apportez aucune modification conceptuelle. Pour votre propre sécurité, n'utilisez que des pièces de rechange d'origine. Vous pouvez les acquérir auprès de HUDORA. Le produit ne doit plus être utilisé en cas d'endommagement de certaines parties ou d'apparition de coins saillants ou d'arêtes vives. En cas de doute, prenez contact avec notre service après-vente (http://www.hudora.de/). Stockez le produit dans un endroit sûr et à l'abri des intempéries de manière à ce qu'il ne puisse pas être endommagé et qu'il ne puisse blesser personne.

CONSEIL D'ELIMINATION

Quand votre appareil sera en fin de vie, apportez-le aux systèmes de collecte et de récupération à votre disposition. Les déchetteries répondront sur place à vos questions.

SERVICE APRES-VENTE

Nous nous efforçons de livrer des produits irréprochables. Cependant, en cas de défaillances, nous déployons également touts les efforts requis afin de les éliminer. Vous obtiendrez, en conséquence, de nombreuses informations sur le produit, les pièces de rechange, la résolution des problèmes et les instructions de montage égarées sur: http://www.hudora.de/artnr/71655/.

HARTELIJK GEFELICITEERD MET DE KOOP VAN DIT PRODUCT!

Lees de gebruiksaanwijzing zorgvuldig door. De gebruiksaanwijzing is een vast bestanddeel van het product. Bewaar de gebruiksaanwijzing en verpakking dus zorgvuldig voor eventuele vragen op een later tijdstip. Wanneer u het product aan derden overdraagt, moet u de gebruiksaanwijzing ook meegeven. Dit product moet door een volwassene gemonteerd worden. Dit product is niet geconstrueerd en niet toegelaten voor commercieel gebruik. Het gebruik van dit product vereist bepaalde vaardigheden en kennis. Gebruik het uitsluitend in overeenstemming met de leeftijd en gebruik het product uitsluitend voor het beoogde doel.

TECHNISCHE SPECIFICATIES

Artikel: Basketbalstandaard All Stars
Artikelnummer: 71655
Hoogteverstelling: 165 – 205 cm

Wanneer u problemen heeft met de montage of verdere informatie over het product wenst, vindt u onder http://www.hudora.de/.

INHOUD

1 x Basketbalstandaard
1 x Gebruiksaanwijzing

Verdere items die eventueel meegeleverd worden, heeft u niet nodig.

ALGEMENE TRAININGSPRINCIPES

1. Warming-up:
Doe vóór elke training een warming-up. Lopen of joggen in stilstand en lichte rek- en strekoefeningen zijn uitstekend geschikt als warming-up.
2. Ademhaling:
De juiste ademhaling speelt een belangrijke rol bij de training. Adem rustig en gelijkmatig. Houd tijdens de training nooit de adem in.
3. Kleding en ruimte:
Trek voor de training comfortabele sportkleding aan. Draag altijd sportschoenen.
Train niet op blote voeten, sandalen, panty's of sokken.
4. Cooling-down:
Na de training kunt u met lichte strekoefeningen afkoelen (cooling-down). Op die manier kan de polsslag langzaam dalen en regenereert het lichaam sneller voor de volgende belasting, omdat het afval van de stofwisseling (melkzuren) door de afsluitende bewegingen sneller kan worden afgebroken.
5. Gesundheit:
Breek het oefenprogramma meteen af, wanneer u bij de uitvoering van de oefeningen het gevoel heeft dat uw spieren trekken of verkrampen of wanneer er algemene pijn ontstaat. Neem voor uw eigen veiligheid contact op met een arts.

OMGANG MET HET TOESTEL: Let erop dat het toestel veilig en stevig staat. Maak de trainingsduur afhankelijk van uw prestatievermogen en belast uzelf niet te zwaar.

WAARSCHUWING: In principe zou u een arts moeten raadplegen, wanneer u voor het eerst gaat trainen.

VEILIGHEIDSAANWIJZINGEN

- Zet de basketbalstandaard op een stevige en vlakke ondergrond.
- Controleer voor gebruik van de basketbalstandaard of alle bevestigingen vast aangedraaid zijn en controleer deze achteraf met enige regelmaat!
- Vul de voet altijd met water of zand, zodat de stabiliteit van de basketbalstandaard gegarandeerd is en hij niet voorover valt.
- Laat kinderen nooit dicht zonder toezicht in de buurt van het trainingstoestel spelen en laat ze het toestel niet monteren.
- Gebruik de basketbalstandaard niet in de buurt van water en laat hem niet in de regen buiten staan.
- Draag kleding die geschikt is voor trainingen. De kleding moet zo gemaakt zijn dat deze door het vorm tijdens de training nergens achter blijft hangen. Draag altijd sportschoenen en train niet op blote voeten, sandalen, panty's of sokken.
- Controleer vóór elk gebruik of de basketbalstandaard in een goede toestand verkeert en gebruik hem niet, als hij niet perfect in orde is.
- Stop meteen met de training, als u zich niet lekker voelt.
- Controleer de basketbalstandaard regelmatig op defecte onderdelen en vervang deze zo nodig.
- Gebruik alleen originele onderdelen.
- Gebruik de basketbalstandaard alleen voor het gebruiksdoel waarvoor die gemaakt is.
- Draag geen sieraden, waarmee u aan de basketbalring kunt blijven hangen.
- Klim niet in de basketbalstandaard.
- Ga niet aan de ring hangen. Maak geen dunks, want dan zou de basketbalstandaard kunnen omvallen.
- Het toestel is alleen geschikt voor particulier gebruik. Bij elk commercieel gebruik vervalt de garantiedekking.
- Waarschuwingen! De standaard moet te allen tijden tegen omvallen beveiligd zijn. Ga nooit aan de korf hangen.

BENODIGDE GEREEDSCHAPPEN

- 8mm zeskantsleutel
- 13mm zeskantsleutel
- Hamer
- Schroevendraaier

MONTAGE

Plaats de sokkel om veiligheidsredenen op een vlak, effen oppervlak zonder spitse voorwerpen die erdoorheen zouden kunnen prikken. Wij raden u aan om de sokkel met zand in plaats van water te vullen. Mocht hij met water gevuld zijn, dan loopt hij leeg als er een gat inkomt. Het product zou kunnen omvallen en materiële schade of verwondingen kunnen veroorzaken.

Stap 1:
Markeer de onderste stijl (7) met een stift op een hoogte van 6,5 cm van boven (conisch einde). Schuif de middelste stijl (6) (conisch einde) in de onderste stijl en stoot hem tegen een houten oppervlak. Wanneer de stijlen na deze stootbewegingen de markering niet bereikt hebben en niet goed vastzitten, stopt u met de montage en herhaalt u deze handelingen.
Stap 2:
Maak de borgschroeven (16) los en verbind de wielen en de onderste stijl met de as (9). Plaats de stijlen (6 en 7) zoals weergegeven (met de schroeven naar achteren).
Stap 3:
Monteer en bevestig de onderste rechter en linker steunelementen aan de onderste stijl en het sokkelgedeelte.
Stap 4:
Vul de sokkel met water of zand en sluit hem af met de meegeleverde dop.
Stap 5:
Hang het net in de metalen haken aan de basketring en bevestig het zoals in de afbeelding weergegeven.
Stap 6:
Monteer het basketbord (1) en de basket (2) op de bovenste stijl. Sluit de bovenste stijl met de meegeleverde kap (4).
Stap 7:
Schuif de bovenste stijl inclusief basketbord minstens 17 cm in de middelste stijl en draai de schroeven aan (16).

WAARSCHUWING: Maak nooit gebruik van de basketbalstandaard zonder eerst het sokkelgedeelte met water of zand gevuld te hebben.

INSTELLING VAN DE HOOGTE VAN HET BASKETBORD

WAARSCHUWING:
De hoogte bij de basketring mag nooit meer dan 205 cm boven vloerniveau zijn:

- Maak de drie schroeven (16) van de middelste stijl (6) los en stel de hoogte in. Let erop dat u de stijl er niet helemaal uittrekt. Wanneer de gewenste hoogte ingesteld is, trekt u de schroeven (16) weer stevig aan.
- De buizen moeten minstens 17 cm in elkaar geschoven zijn.

VERPLAATSING VAN DE STANDAARD

Pak de middelste stijl met beide handen vast en houd de sokkel met uw linker voet tegen. Kantel de basketbalstandaard in uw richting tot u hem met de gemonteerde rollers kunt verplaatsen. Nadat u het toestel naar de gewenste opstellingsplek gebracht heeft, zet u het voorzichtig weer overeind.

ONDERHOUD EN OPSLAG

Reinig het product slechts met een doek of een vochtige lap en niet met speciale reinigingsmiddelen. Controleer het product vóór en na gebruik op schades en tekenen van slijtage. Verander niets aan de constructie van het product. Gebruik voor uw eigen veiligheid alleen originele onderdelen. Deze zijn verkrijgbaar bij HUDORA. Mochten onderdelen beschadigd zijn of scherpe hoeken en randen ontstaan zijn, dan mag het product niet meer worden gebruikt. Neem in geval van twijfel contact op met onze Serviceafdeling (http://www.hudora.de/). Berg het product op een veilige plek op waar het beschermd is tegen weersinvloeden, zodat het niet beschadigt raakt of mensen verwondingen toebrengt.

AANWIJZING VOOR DE AFVOER AAN HET EINDE VAN DE LEVENSDUUR

Lever het product aan het einde van zijn levensduur in via de beschikbare inzamelsystemen. Met vragen kunt u terecht bij afvalverwerkers bij u in de buurt.

SERVICE

Wij doen ons best om producten te leveren die helemaal in orde zijn. Mochten toch fouten voorkomen, dan zullen wij ons best doen om die op te lossen. Daarom kunt u voor informatie over producten, reserveonderdelen, probleemoplossingen en kwijtgeraakte montage-instructies terecht op: http://www.hudora.de/artnr/71655/.